

臺南市光華高級中學教師參加校外各項研習會心得報告

報告人：林秀瑛

會議名稱	111 年度校園危機事件處理安心服務 出隊人員藝術模式進階研習	主辦單位	教育部
日期	111. 3. 23-111. 3. 24	承辦單位 研習地點	國立彰化高級中學 台中金典酒店

一、開場-國教署長官

1. 重新看待自己角色/不要僵化。
2. 帶著希望，就能改變。
3. 在有限制的環境，創造無限可能。

二、安心服務藝術減壓之經驗盤點-賴念華心理師

1. 目標;讓生活可以持續前進（而不要在乎自己做了什麼）/找出脆弱性高的孩子後續關心。
2. 類似「急診室醫生」-快狠準/目標導向/非諮商/很結構/遵守時間/隨時在評估
3. 以「危機工作者」自居/只處理現在，不談過去與未來/讓這群人儘快回常軌功能。
4. 若危機已過，則將脆弱性高的孩子納入二級輔導。
5. 別人已做的，不要重複去做/只「補強」做別人沒做的就好。
6. 沒有完美的方案，只有扣分少的方案/丟棄 100 分的迷思。

三、從實踐中的 Q&A 看術模式的核心概念

1. 要運用「藝術」的特質，不要擔心個案沒正向（因為畫出來就不一樣了）。
2. 以尊重謙卑的態度，關注「學校系統」裡每個人的「困難」與「需求」（以雕塑的方式體驗...）。例如「導師」（壓力好大/要處理好多事情...）/「學生」、「其他學生」/「其他老師」/「學務主任」（真倒楣/快處理完/）/「輔導主任」（如何幫助學生）/「校長」（大家都在看/能安全落幕）
3. 要先關心導師+校內的行政聯繫...，讓每個人都有貢獻。
4. 「與心理師的合作」-輔導老師就像是「個管員」。心理師（類阿姨）不要與學校老師（類媽媽）搶學生。不要讓學生說兩次/心理師可提醒輔導與學校可做之事，但不說談話內容。/輔導老師可將學生在校表現+心理師建議後的個案怎麼了/要看到個案怎麼轉變了，而不是自己做了多重要、做了多少。
5. 評估多少人力做多少事。
6. 「安心減壓」服務的目的-看到別人也這要（普同感），自己就安心了/特別的孩子篩出做諮商或小團體/心理健康教育-若傷心噁心都是正常的，但若持續一個月...要告訴老師。
7. 校園危機要注意三種人-行為人（打人背後的故事/輔導目標不是不打人，而是疏通內在的辛苦痛苦）、被行為人、目睹者（可做減壓/心理健康教育）。

四、實際操作

1. 第一張：非慣用手/選筆/放位置/塗鴉畫（不限時間）（co 移動式觀察）
2. 第二張：慣用手/選筆/塗鴉畫（不限時間）（co 移動式觀察）

☆請學生評估第一張與第二張色彩近似性。

3. 第三張：慣用手/選筆/畫四線 (co 以身體示範線條/顏色圖案自選/作畫 8 分鐘/co 移動式觀察)

- (1) 第一條線：平靜
- (2) 第二條線：生氣憤怒
- (3) 第三條線：傷心難過
- (4) 第四條線：快樂 (以正向結束)

☆請成員手指第一條線並看他人/以此類推

4. 第四張：慣用手/選筆/畫四個圖形 (co 以身體示範圖形/顏色圖案自選/作畫 8 分鐘/co 移動式觀察)

- (1) 第一個圖形：危機事件的圖形。
- (2) 第二個圖形：危機事件中覺得有一點點欣慰、感人的;打開視窗，意識到創作過程仍有正向之處。
- (3) 第三個圖形：危機事件中覺得最糟糕的部分;當事人可以承擔、面對的可能性。
- (4) 第四個圖形：如果我知道事件會發生，我可以多做什麼。

☆這圖形與第一個圖形有何不同;藉此讓成員思考在這過程的學習與體會。

☆請成員手指第一張圖並看他人/以此類推

5. 第五張：畫「危機事件的圖像」(作畫 8 分鐘/cl 知道自己在畫什麼就可以/co 移動式觀察)

- (1) 畫完，邀 cl 閉眼環顧圖的意義。
- (2) 邀 1-2 生上來分享 3-5 分鐘 (想站在哪個位置/co 以 5W 好奇;學生易回答的/有誰一樣的請舉手;帶出普同感/正常化/重新框架/勿諮商)
- (3) 倆倆分享共 4 分鐘。

6. 第六張：畫「重新得力」(作畫 6 分鐘/cl 知道自己在畫什麼就可以/co 移動式觀察)

- (1) 如我真的知道這事會發生，我可以做些什麼讓自己更舒服。
- (2) 邀 1 生上來分享 3-5 分鐘 (帶第五張圖+第六張圖上來。想站在哪個位置/從這兩張的圖形或顏色大小空間移動學到/什麼不見了... 意義化/反應第五六張圖的歷程)。
- (3) 倆倆分享共 3 分鐘 (A 生 1.5 分鐘：A 說 B 回饋) + (B 生 1.5 分鐘：B 說 A 回饋)。

7. 「透過教育提升成員自助助人能力」

- (1) 以 APPT 整理：生理症狀/情緒/想法/行為... 都是正常的。
- (2) 自我評估提示：若超過一個月要求助。
- (3) 當別人的守護天使。
- (4) 要守密。

8. 「後續篩選與轉介」-筆放中間的/塗很密的/一直在自己的思緒而跟不上的。

9. 「成員的作品處理」

五、心得

1. 用心，不一定就能防止悲劇發生。
2. 「隱形專業」-讓別人尊重您的專業，而不是自己說。
3. PTSD vs PTSR (是反應，而不是症狀/不要變成 PTSD)。
4. 安心服務的整個過程都要思考步驟/要讓學生預知/勿嚇到/尊重每生的意願。
5. 篩出的「危機個案」要團隊合作。

6. 少用專有名詞，以免引起對方抗拒。
7. 進行中，不要動學生的作品（因作品代表學生本人）/讓學生有選擇不畫、不說的權利。
8. 不要讓情緒停留（可邀請慢吸慢吐）/不催化情緒（非目的/沒時間）。
9. 鼓勵成為彼此小天使。
- 10 勿掉坑（先評估面前的人/找到其特點優勢/製造出合作關係;不要輔導人員全包/合作有底線與停損點;不讓對方需索無度/話不要多;精簡、語速慢）。
- 11 「評估學生」-「紅燈個案，自殺個案，每周都要做」/「黃燈個案，有自殺意圖」/一周三小時處室會議（若有需要，加開個案會議）。
- 12 「個案會議」-家長/教師/教官/班導...。
 - (1) 事先-每個人都要觀察個案狀況（何時是好的/何時是糟的）
 - (2) 每個人-他們都做了什麼在幫個個案。
 - (3) 主持者-以畫示標出有效無效...並統整做什有效、做什無效、有何徵兆。
 - (4) 分工-有效的，老師可做什麼/如何做/為什麼，教官可做什麼/如何做/為什麼。不要做別人的工。
 - (5) 紀錄表-一小時內產出，並請每人簽名押日期/若不幸發生危機事件，則可佐證。

科（學程）主任 

教務主任：

校長：

